

फिजियोथेरापी सेवाको
होम सर्भिसको लागि

सम्पर्क नं. ९८४९७३२६९७,
०१-६६३३६५२ मध्यपुर
थिमि-४

संविधान कार्यान्वयनमा चुनौती



काठमाडौं । आज संविधान दिवस । संविधान जारी भएको आठ वर्ष पूरा भएको अवसरमा विभिन्न कार्यक्रम गरेर मनाइने छ । साथै संविधान दिवसका अवसरमा देशभरका सरकारी तथा निजी कार्यालय, विदेशस्थित कूटीनीतिक

नियोग, राजनीतिक दल, नागरिक समाज, सङ्घसंस्थालगायतले विभिन्न कार्यक्रम गर्दै छन् । टुँडिखेलमा हुने विशेष कार्यक्रममा राष्ट्रपति रामचन्द्र पौडेल सहभागी हुनुहुनेछ । संविधान सभाबाट २०७२ साल असोज ३ गते संविधान

जारी भएको हो । नयाँ संविधान लागू भएको घोषणासँगै नेपालको अन्तरिम संविधान २०६३ खारेज भएको थियो । संविधान नेपालको मूल कानुन हो । तर यसको कार्यान्वयन पक्ष फितलो भएको भन्दै प्रश्न उठ्न थालेका छन् ।

संविधान कार्यान्वयनका लागि आवश्यक महत्वपूर्ण कानुनहरु निर्माण हुन नै बाँकी छन् । संविधानले अधिकार दिए पनि संघीय कानुन, कर्मचारी, प्रहरी जनशक्तिलगायत अभावले प्रदेशले राम्रो सेवाप्रावाह गर्न सकेका छैनन् । सिंहदरबारको शासन सत्तामा बसिरहेका दल आफ्नो शक्ति हातबाट फुत्कन नदिनका लागि अझै पनि जोडबल

गरिरहेका छन् ।

संविधान जारी भएपछि देशमा विकास र समृद्धि आउने आशा र अपेक्षा गरिए पनि त्यस अनुसारको काम हुन सकेको छैन । राजनीतिक प्रणाली फेरिए पनि शासकको प्रवृत्ति फेरिन नसक्दा नागरिकको दुःख र सास्ती अझै पनि उस्तै नै छ । संविधानले दिएको निःशुल्क शिक्षा, रोजगारी, स्वास्थ्य सेवा, खाद्य सम्पन्नता, आवासलगायत दर्जनौं आधार भूत हकहरुको अनभूति आमनागरिकले अहिलेसम्म पनि गर्न पाएका छैनन् । मौलिक हकका धारा संविधानमा मात्रै सीमित भएको छ ।

बाँकी पेज ७ मा

सांस्कृतिक पक्ष र संस्कृतिकर्मी विषयक सम्मेलन सम्पन्न



काठमाडौं । नेपाल सङ्गीत तथा नाट्य प्रज्ञा प्रतिष्ठानको आयोजनामा संविधान दिवस २०८० को सुखद् अवसरमा 'राज्यका प्रमुख अङ्गहरु नागरिकको दृष्टिकोणमा सांस्कृतिक पक्ष र संस्कृतिकर्मी' विषयक सम्मेलन कार्यक्रम असोज २ गते राजधानीमा सम्पन्न भएको छ ।

नेपाल सङ्गीत तथा नाट्य प्रज्ञा प्रतिष्ठानको कुलपति निशा शर्माको सभापतित्व

तथा माननीय संस्कृति, पर्यटन तथा नागरिक उड्डयन मन्त्री सुदन किरातीको प्रमुख आतिथ्यतामा नेपाल प्रज्ञा प्रतिष्ठानको लेखनाथ प्रवचन कक्षमा कार्यक्रम आयोजना गरिएको थियो ।

कार्यक्रमा राज्यका प्रमुख अङ्गहरु न्यायपालिका, कार्यपालिका तथा व्यवस्थापिकाका प्रमुखहरुको धारणा श्रव्यदृश्य सामग्री

बाँकी पेज ७ मा

आजबाट द्रुत बस सेवा शुरु



भक्तपुर । आजबाट काठमाण्डौंको रत्नपार्कदेखि भक्तपुरको सूर्यविनायकसम्म द्रुत बस सेवा सञ्चालन हुने भएको छ । सरकारले संविधान दिवसको अवसर पारेर आज असोज ३ गतेबाट सूर्यविनायक-रत्नपार्क सडक खण्डमा द्रुत बस सेवा सञ्चालनको तयारी गरेको हो । यसका लागि सडक विभागले सडकमा मार्किङको काम गरिसकेको छ भने यातायात व्यवस्था विभागले २५ वटा ठूला बसको व्यवस्थापन गरेको छ । द्रुत बस सेवाको लागि सडकमा छुट्टै लेनको लागि मार्किङको काम सकेको छ । लेनको आवश्यक तयारी पूरा भएको सडक

विभागका महानिर्देशक सुशीलबाबु ढकालले बताए । द्रुत बस सेवाको लागि सूर्यविनायक देखि जडिबुटी मनोहरा पुलसम्मको सडक खण्डमा बाँया लेनमा रातो रङ्गले मार्किङ गरिएको छ । उक्त लेनमा द्रुत बस सेवा सञ्चालन हुने समय विहान ९ बजेदेखि ११ बजेसम्म र साँझ ५ बजेदेखि ७ बजेसम्म ४ घण्टा अन्य सवारी साधन चलाउन नपाउने व्यवस्था गरिनेछ । त्यसबाहेकको समयमा भने अहिलेजस्तै सबै प्रकारका सवारीसाधन ती लेनबाट पनि चल्न पाउनेछन् । द्रुत बसहरु चल्ने लेनमा दुई-दुई सय

बाँकी पेज ७ मा

पार्टीको नाम परिवर्तनबारे माओवादी पार्टी भित्र बहस शुरु



काठमाडौं । नेकपा माओवादी केन्द्रले पार्टीको नाम परिवर्तनका लागि पार्टी भित्र बहस थालेको जनाएको छ ।

गत भदौ २५ गते बसेको माओवादी पदाधिकारी बैठकले पार्टीको नाम परिवर्तनका लागि छलफल थाल्न कार्यकर्तालाई निर्देशन दिँदै नाम परिवर्तनबारे आगामी महाधिवेशनमा निर्क्यौल गर्ने निर्णय गरेको हो ।

पदाधिकारी बैठकको निर्णयबारे भदौ ३० गते सर्कुलर जारी गर्दै माओवादी केन्द्रले

अरू कम्युनिष्ट पार्टीहरूसँग एकताका लागि छलफल भइरहेको उल्लेख गरेको छ ।

अध्यक्ष पुष्पकमल दाहाल 'प्रचण्ड' र महासचिव देव गुरुङले हस्ताक्षर गरेर तल्ला कमिटीहरूमा पठाएको सर्कुलरमा पार्टी एकतालाई सफल बनाउन माओवादी केन्द्र छोड्न सकिने उल्लेख छ ।

'नेपाल कम्युनिष्ट पार्टी (माओवादी केन्द्र)' र अन्य कम्युनिष्ट घटकहरूसँग पार्टी

बाँकी पेज ७ मा

२० वर्षे नीति एजेन्ट पोस्न ल्याइएको हो

काठमाडौं । भक्तपुर नगरपालिकाका प्रमुख सुनिल प्रजापतिले २० वर्षे गाडी विस्थापन गर्ने नीति गाडी कम्पनी र एजेन्टहरुलाई पोस्न ल्याइएको गलत नीति भएको भन्दै त्यसको विरोध गरेका छन् । संघीय राजधानी सहरी क्षेत्र सार्वजनिक यातायात परिषदको बिहीबार बसेको पहिलो बैठकमा उनले नेपालमा गाडी निर्माण गर्ने कुनै कारखाना र मर्मतका कच्चा पदार्थ समेत उत्पादन नहुने भएकोले २० वर्षे नीति कार्यान्वयन भएमा नेपालका गाडीहरु कौडीको मूल्यमा बेच्नु पर्ने, देशको खरबौं रकम विदेशमा जाने र यसले विदेशी गाडी निर्माता कम्पनी र त्यसका एजेन्टहरुलाई

धनी बनाउने बाहेक अरु केही नभएको बताएका छन् । त्यसमा गम्भीर आपत्ति रहेको बताए ।

उनले वर्षको ३ खर्बभन्दा बढी रकम इन्धन खरिदमा विदेशीले तर्फ ध्यानाकर्षण गर्दै विद्युतीय गाडी सञ्चालनमा ध्यान दिन सकेमा वर्षको खरबौं व्यापार घाटा कम गर्न सकिने बताए ।

सडक दुर्घटनाबाट वर्षको हजारौं मानिसले ज्यान गुमाउनुपरेको यथार्थबारे सचेत हुनुपर्ने बताउँदै उनले जथाभावी सडक निर्माण गर्ने ठेकेदारहरुलाई कारबाहीको दायरामा ल्याउन नसकेसम्म सडक दुर्घटना कम नहुने विचार व्यक्त गरे । यातायातको

राम्रो व्यवस्थाको लागि ठूलूला साभ्ता बसहरु व्यापक रुपमा सञ्चालनमा ल्याउनुपर्ने र त्यसलाई नियमित र व्यवस्थित गर्न सके साना निजी कार र मोटर साइकल सञ्चालनमा उल्लेखनीय ढंगले कमी आउने पनि उनको भनाई थियो ।

ल ि ल त प उ र महानगरपालिकाका प्रमुख चिरिबाबु महर्जनले संघीय राजधानी सहरी क्षेत्र सार्वजनिक यातायात ऐन २०७९ लागू भइसकेको अवस्थामा अब उप्रान्त सहरी सार्वजनिक यातायातसँग सम्बन्धित विषयमा राज्यको कुनै पनि निकायले नयाँ निर्णय लिनुअघि परिषद्सँग समन्वय गरेर मात्र

बाँकी पेज ७ मा

निःशुल्क शिक्षाको मौलिक हक कार्यान्वयनमा अझै चुनौती

काठमाडौं । आधारभूत तहसम्म अनिवार्य र निःशुल्क तथा माध्यमिक तहसम्म निःशुल्क शिक्षाको मौलिक हक व्यवहारतः कार्यान्वयनमा अझै चुनौती देखिएको छ । नेपालको संविधानको मौलिक हक, धारा ३१ मा भएको उक्त व्यवस्था कार्यान्वयनका लागि राजनीतिक दलले आफ्ना चुनावी घोषणापत्रमा प्रतिबद्धता व्यक्त गरेका हुन्छन् भने नेपाल सरकारका हरेक वर्षका नीति तथा कार्यक्रममा यी विषयप्रतिको प्रतिबद्धता छुट्दैनन् तर स्रोत साधन र पूर्वाधारको अपर्याप्तताका कारण यसको पूर्ण कार्यान्वयन

हुन सकेको छैन । यस धारामा 'प्रत्येक नागरिकलाई राज्यबाट आधारभूत तहसम्मको शिक्षा अनिवार्य र निःशुल्क तथा माध्यमिक तहसम्मको शिक्षा निःशुल्क पाउने हक हुने ।'

फरक प्रसंग फरक बिचार

उल्लेख छ ।

सामुदायिक विद्यालयमा पर्याप्त लगानी तथा शिक्षक दरबन्दी नहुने र समयको मागसँगै अङ्ग्रेजी माध्यममा पनि पढाउनुपर्ने बाध्यता हुँदा अभिभावकसँग चन्दा वा सहयोगका नाममा शुल्क लिइन्छ भने निजी विद्यालयले आफ्नो

लगानीको नाफा आर्जनका लागि शुल्क लिँदै आएका छन् । अन्तर्राष्ट्रिय प्रतिबद्धता अनुसार कुल राष्ट्रिय बजेटको कम्तीमा २० प्रतिशत शिक्षा क्षेत्रमा विनियोजना हुनुपर्नेमा त्यसरुपमा लगानी गर्न सकेको छैन ।

नेपाल सरकारले चालु आर्थिक वर्षमा शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालयतर्फ रु एक खर्ब ९७ अर्ब २९ करोड विनियोजन गरिएको छ । यो करिब ११ प्रतिशत हुन आउँछ । नेपाल सरकारले अन्तर्राष्ट्रियस्तरमा गरेको प्रतिबद्धता,

बाँकी पेज २ मा

निःशुल्क.....

शिक्षा सरोकारवालाहरुको वकालत र अन्तर्राष्ट्रिय मान्यताअनुसार कुल राष्ट्रिय बजेटको १५ देखि २० प्रतिशतसम्म वा कुल ग्राहस्थ उत्पादनको ६ प्रतिशत रकम शिक्षा क्षेत्रमा विनियोजन गर्नुपर्ने हुन्छ। यथार्थमा पछिल्ला आर्थिक वर्षमा कुल बजेटको १२ प्रतिशत रकम मात्रै बजेट विनियोजन हुँदै आएको छ । हालसम्मको सबैभन्दा धेरै एक दशकअघिको आर्थिक वर्षमा शिक्षा बजेट १७ प्रतिशतसम्म पुगेको छ, तर त्यसपछि क्रमशः ओरालो लागेको छ ।

शिक्षा क्षेत्रमा भएको बजेटको उचित सदुपयोग र लगानी अनुसारको प्रतिफल वा सिकाइ उपलब्धिमा सुधारको अवस्था पनि सन्तोषजनक हुन सकेको छैन । विद्यालय तहमा मुख्य विषयहरुमा विद्यार्थीको औषत सिकाइ उपलब्धि ५० प्रतिशतको हाराहारीमा रहेको छ। शिक्षामा लगानी बृद्धि, स्रोतको उपयोग र गुणस्तरीय सिकाइको प्रतिफल सिर्जनाका लागि नीतिगत र कार्यक्रमगत पक्षमै सुधार गर्न ढिला भइसकेको छ । शिक्षामा पहुँच विस्तार गर्नुका साथै पूर्वाधार निर्माण र गुणस्तर सुधार गरी उत्पादनशील र नवप्रवर्तनशील मानव पुँजी विकास गरिनेछ। तथ्य र विज्ञानमा आधारित शिक्षा प्रवर्द्धन गर्दै लगिने, प्रदेश र स्थानीय तहको सहकार्यमा रोजगारमूलक र जीवनोपयोगी शिक्षा प्रदान गर्न विद्यालय शिक्षा क्षेत्र सुधार कार्यक्रम कार्यान्वयनमा ल्याइने घोषणा यसअघि पनि सरकारबाट आएका थिए ।

समाजवादोन्मुख संविधानको परिकल्पनाअनुसार शिक्षाका अधिकारको कार्यान्वयनमा पूर्णता नहुँदा शिक्षाको मौलिक हक केवल संविधान र कानुनका कागजमा सीमित भएका छन् । संविधानको मौलिक हकको कार्यान्वयनका लागि बनेको ‘अनिवार्य तथा निःशुल्क शिक्षा ऐन, २०७५’ मा चार वर्षदेखि १३ वर्ष उमेर

समूहका बालबालिकाहरुलाई विद्यालय वा अन्य वैकल्पिक शैक्षिक संस्थामा भर्ना भई नियमित अध्ययन गर्ने र आधार भूत तहको अध्ययन पूरा गर्ने बाध्यकारी व्यवस्था गरेको छ । शिक्षण संस्थालाई विद्यार्थीलाई भर्नामा इन्कार गर्न हुँदैन भने ऐनमा व्यवस्था छ । यसको कार्यान्वयन जिम्मेवारी स्थानीय तहको हो तर केन्द्रीयस्तरमा अनुगमन र मूल्याङ्कनका लागि ठोस प्रबन्ध गरिएको छैन ।

यस ऐन प्रमाणीकरण भएको मितिलाई आधार मानी गत जेठ ९ गतेको मन्त्रिपरिषदको बैठकले यस वर्षदेखि हरेक यही असोज २ गते राष्ट्रिय शिक्षा दिवस मनाउने निर्णय गरेको छ। कानुन, न्याय तथा संसदीय मामिलामन्त्री धनराज गुरुङ भन्छन्, “मौलिक हकको कार्यान्वयनका लागि कानुन पनि बनिरहेको छ । माध्यामिक तहसम्म निःशल्क हुनुपर्छ भन्ने छ । त्यसका लागि मुलुकले आवश्यक पूर्वाधार बनाउनुपर्ने हुन्छ । त्यो अनुरूप देश पुग्न सकेको छ कि छैन हामीले हेर्नुपर्ने हुन्छ ।”

बजेटमा शिक्षालाई जीवनोपयोगी, आधुनिक, प्राविधिक र अनुसन्धानमुखी बनाइने, प्रारम्भिक बाल विकासलाई पुनः व्यवस्थित गर्ने, विद्यालयमा बालबालिकालाई ल्याउने, सिकाउने र टिकाउने कार्यक्रमलाई अभियानकै रुपमा सञ्चालन गर्ने, विद्यालय स्रोत केन्द्रलाई पुनःस्थापना गर्ने, स्वदेश र विदेशमा प्राप्त गरिएको सीप परीक्षण र प्रमाणीकरण गर्ने, लक्षित छात्रवृत्ति कार्यक्रमलाई निरन्तरता दिइने, लुम्बिनी र सुदूरपश्चिम प्रदेशमा मेडिकल कलेज थप गर्नेलगायतका कार्यक्रम समावेश गरिएको छ ।

बजेटमा १० लाख छात्राहरुलाई केन्द्रित गरी निःशुल्क सेनेटरी प्याड वितरण र दिवा खाजा कार्यक्रमलाई निरन्तरता दिइएको छ । रु आठ अर्ब ४५ करोडको बजेट विनियोजित दिवा खाजा कार्यक्रममा जङ्ग फुड

९पत्रु खाना० निधेप गरी रैथाने र स्थानीय कृषि उपजबाट उत्पादित खाजाका लागि प्रोत्साहन गरिने भनिएको छ । यसबाट करिब ३२ लाख विद्यार्थी लाभान्वित हुने अपेक्षा गरिएको छ । शैक्षिक सत्र शुरु हुनु अगावै निःशुल्क पाठ्यपुस्तक वितरणका लागि रु तीन अर्ब दुई करोड विनियोजन गरिएको छ । यी बजेट विगतको तुलनामा सकारात्मक भए पनि संविधानको मर्मअनुसार निःशुल्क र अनिवार्य शिक्षाको प्रबन्धका लागि पर्याप्त छैन ।

शिक्षा तथा मानव स्रोत विकास केन्द्रका महानिर्देशक दीपक शर्मा निःशुल्क र अनिवार्य शिक्षाको सवैधानिक हकको कार्यान्वयनका लागि प्रयास भइरहे पनि सन्तोषजनक नभएको टिप्पणीलाई अस्वीकार गर्न नसकिने बताउँछन् । यता सरकारले विद्यालय शिक्षासम्बन्धी कानूनलाई संशोधन र एकीकरण गर्न बनेको विधेयक २०८० गत भदौ २७ गते संसदमा दर्ता गर्नु संविधानकै कार्यान्वयनका लागि सहायक मानिएको छ तर दर्ता भएको उक्त विधेयकमाथि बहुआयामिक क्षेत्रबाट विवाद र बहस सुरु भएको छ । वद्यालयको स्थापना र सञ्चालनको राष्ट्रिय मापदण्ड बनाई उचित व्यवस्थापनका लागि मन्त्रिपरिषदबाट पारित गरी सो विधेयक दर्ता गरिएको हो । दर्तापछि विधेयकलाई सङ्घीय संसद् सचिवायले वेभसाइटमा समावेश गरेको छ ।

यस विधेयक पारितपछि विद्यालय स्थापनाका आधार स्पष्ट र पारदर्शी हुनेछ । विधेयकले निजी लगानीका विद्यालयको स्थापना र कक्षा थपको स्वीकृति प्रदान गर्दा स्थानीय तहले तोकिए बमोजिम सञ्चालन हुनेछ भने स्थानीय तहले तोकेको शीर्षक र सीमामा निजी विद्यालयले शुल्क लिन पाउने छन् । सार्वजनिक विद्यालयले शुल्क लिन पाउने छैनन् । नयाँ निजी विद्यालयको सञ्चालन गुठी (बोर्ड अफ ट्रष्टी) को मातहतमा हुनेछ भने हाल सञ्चालनमा रहेका निजी

विद्यालय गुठीमा जान भने बाध्य हुने छैन ।

विधेयकले शिक्षकको तलब वृद्धिको अधिकतम सङ्ख्या, २०७५ चैत ४ पछि नियुक्त हुने शिक्षकले निवृत्तिभरण कोष ऐन, २०७५ को व्यवस्था समेतका आधारमा कडा हुने र थप हुने रकम नियमावलीमा निर्धारण हुने प्रबन्ध गरेको छ । विद्यालय व्यवस्थापन समितिको अध्यक्ष अभिभावकमध्येबाट चयन हुने र विद्यालय कर्मचारीका लागि कर्मचारी सरहको सुविधा हुने उल्लेख छ । विधेयकमा भएका प्रावधान आफूहरुसँगको विगतको सहमति विपरीत भएकाले भन्दै नेपाल शिक्षक महासङ्घले आन्दोलनका कार्यक्रम सार्वजनिक गरेको छ ।

शिक्षाका लागि राष्ट्रिय अभियान नेपाल (एनसिइ) का अध्यक्ष राजेन्द्र पहाडी हाल संसदमा दर्ता भएको विधेयकमा संविधानको उपर्युक्त मर्म विपरित निजी विद्यालयले तोकिएको शुल्क लिन पाउने प्रावधान राखिनुले संविधानमा व्यवस्था भएको अनिवार्य तथा निःशल्क शिक्षा र समाजवादोन्मुख शिक्षा प्रणाली विकास गर्ने मर्मलाई ठाडै चुनौती दिएको बताउँछन् । “शिक्षामा मौलाउँदै गएको निजीकरण र व्यापारीकरण रोकी संविधानले परिकल्पना गरेको समाजवादोन्मुख समाज निर्माण गर्ने हो भने विद्यालय शिक्षामा निजी लगानीको कडाइका साथ नियमन गर्नु अत्यावश्यक छ ।”

संविधानको मर्म र जनताको चाहना विपरीत विधेयक नआएको सांसद्हरुको पनि टिप्पणी आएको छ । शिक्षाविद् डा प्रमोद भट्टले सार्वजनिक शिक्षाको सबलीकरण र संविधानको मर्मअुसार विधेयक आउनुपर्नेमा कतिपय बुँदामा अस्पष्ट र निजीकरणमुखी विषय समावेश गरिएको जनाउँछन् । शिक्षाविद् विमल फुयालले उच्चस्तरीय राष्ट्रिय शिक्षा आयोग, २०७६ को भावनालाई सम्मान नगरी विधेयक आउनुले संविधानको मौलिक हकको सम्मान नभएको बताए ।

रासस

उत्तर कोरियाली नेता किम स्वदेश फिता



एजेन्सी, मस्को । उत्तर कोरियाली नेता किम जोङ उन आफ्नो बख्तरबन्द रेलचढेर आइतवार रुसबाट प्रस्थान गरेको रूसी समाचार एजेन्सीहरुले जनाएका छन् ।

कोरोना भाइरस महामारीपछि किमको पहिलो औपचारिक विदेश भ्रमणले मस्को र प्योङयाङले प्रतिबन्धको अवज्ञा गर्ने र हतियार सम्झौता गर्ने पश्चिमाहरुको डरलाई बढावा दिएको छ ।

रिया नोभोस्ती एजेन्सीले किमको प्रस्थानको भिडियो प्रकाशित गरेको छ र आर्टयोम-प्रिमोरस्की-१ स्टेशनमा ‘प्रस्थान समारोह’ आयोजना गरिएको बताएको छ । तास समाचार एजेन्सीले किमको रेल लगभग २५० किलोमिटर (१५५ माइल) सीमातर्फ गइरहेको बताएको छ ।

फुटेजमा किमले प्राकृतिक संसाधन मन्त्री अलेक्जेन्डर कोज्लोभको नेतृत्वमा रहेको रूसी प्रतिनिधिमण्डललाई आफ्नो रेलबाट विदाइ गर्दै रूसी मार्च ‘स्लाभियान्काको विदाइ’ बजाइनुअघि रेल प्रस्थान गरेको देखिन्छ । यसअघि आइतवार तासले किमलाई क्षेत्रीय गभर्नरबाट उपहारस्वरुप पाँच वटा विष्फोटक ड्रोन, एक टोही ड्रोन र एक बूलेटप्रूफ भेस्ट प्रदान गरिएको जनाएको थियो ।

उत्तर कोरियाको आधिकारिक नाम प्रयोग गर्दै तासले भनेको छ, “उत्तर कोरियाका नेतालाई पाँचवटा ड्रोन उपहार दिइएको छ । चीन र उत्तर कोरियाको सिमानामा रहेको प्रिमोरी क्षेत्रका गभर्नरले किम जोङ उनलाई ‘बूलेटप्रूफ सुरक्षाको एक सेट’ र ‘थर्मल क्यामेराले पत्ता लगाउन नसक्ने विशेष लुगा’ पनि प्रस्ताव गरेको तासले जनाएको छ । उनले शनिवार भ्लादिभोस्तोकमा रूसी रक्षामन्त्रीलाई भेटेका थिए । त्यहाँ उहाँले हाइपरसोनिक मिसाइल प्रणालीलगायत अत्याधुनिक हतियारको निरीक्षण गर्नुभउको थियो ।

मङ्गलवारदेखि सुरु भएको रूसको सुदूर पूर्वी क्षेत्रको किमको विस्तारित भ्रमण सैन्य मामिलामा केन्द्रित भएको अनुमान गरिएको छ । राष्ट्रपति भ्लादिमिर पुटिनसँग राइफलको सांकेतिक आदानप्रदान र कोम्सोमोल्स्क-अन-अमूरमा लडाकु जेट कारखानाको भ्रमणबाट यसलाई थप प्रमाणित गर्न आधार दिन्छ ।

मस्कोले युक्रेनमा युद्ध जारी राख्न उत्तर कोरियाली गोलाबारूद खरिद गर्न इच्छुक रहेको विश्वास गरिन्छ भने प्योङयाङले आफ्नो अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको निन्दा गरिएको क्षेप्यास्त्र कार्यक्रम विकास गर्न रूसको सहयोग चाहेको छ ।

क्रेमलिनले कुनै पनि सम्झौतामा हस्ताक्षर नभएको र नगर्ने बताएको छ । किमले आइतवार भ्लादिभोस्तोकमा अध्ययनरत उत्तर कोरियाली विद्यार्थीसँग पनि भेटवार्ता गर्नुभएको थियो ।

उत्तर कोरियाली समाचार संस्था केसीएनएले अधिकारीहरुलाई उद्भूत गर्दै किमको भ्रमणको माहोललाई ‘उत्कट र न्यानो’ भन्दै उत्तर कोरिया र रूसबीच ‘मित्रता, ऐक्यवद्धता र सहयोगको नयाँ युग’ सुरु हुन लागेको जनाएको छ ।

जापानमा बृद्धबृद्धाको जनसंख्यामा बृद्धि



एजेन्सी, टोकियो । जापानको १० प्रतिशतभन्दा बढी जनसङ्ख्या ८० वर्ष वा सोभन्दा बढी उमेरको रहेको सरकारले सोमबार जानकारी दिएको छ । प्रौढ जनसङ्ख्याको समस्या भैलिरहेको जापानको लागि यो अर्को चिन्ता थप्ने तथ्याङ्क हो ।

आन्तरिक मामिला तथा सञ्चार मन्त्रालयले जारी गरेको तथ्याङ्क अनुसार जापानको प्रौढ जनसङ्ख्या, जसलाई ६५ वर्षभन्दा माथि भनेर परिभाषित गरिएको छ, पनि कूल जनसङ्ख्याको २९.१ प्रतिशत पुगेको छ । यो दर विश्वमै सबैभन्दा उच्च हो ।

सार्वजनिक विदा दिइने ‘रेस्पेक्ट फर एज्ड डे’ को अवसरमा मन्त्रालयले यो तथ्याङ्क सार्वजनिक गरेको बताइएको छ । घट्दो जन्मदर र काम गर्ने जनशक्तिको कमीको समस्या भैलिरहेको जापानले बढ्दो प्रौढ जनसङ्ख्याका कारण पेन्सन र स्वास्थ्यमा ठुलो रकम खर्चनु पर्ने देखिएको छ । सन् १९८० ताकाको आर्थिक विकासपछि जापानको जनसङ्ख्या निरन्तर रूपमा ओरालो लागिरहेको छ । त्यहाँको प्रजनन दर १.३ रहेको छ जबकि आप्रवासीको आवागमन नहुँदा स्थिर जनसङ्ख्या राख्न यो दर २.१ आवश्यक रहेको बताइन्छ ।

जापानमा नयाँ जन्मभन्दा मृत्यु हुनेको सङ्ख्या बढी हुन थालेको एक दशकभन्दा बढी भइसकेको छ । यसले विश्वको तेस्रो ठुलो अर्थतन्त्रको नेतृत्वलाई ठुलो समस्या खडा रहेको छ । -सीएनएन

भाटभटेनी सुपरमार्केटलाई एक लाख रुपैयाँ जरिवाना

काडमाडौँ । म्याद नाघेको खाद्य पदार्थ बिक्री वितरणको लागि राखिएको भन्दै ललितपुरको कृष्णगल्लीस्थित भाटभटेनी सुपर मार्केट एण्ड डिपार्टमेण्टल प्रा.लिलाई एक लाख रुपैयाँ जरिवाना गरिएको छ ।

बजार अनुगमनका क्रममा सो डिपार्टमेण्टल स्टोरमा म्याद नाघेका ध्यू तौल नपुगेका तरकारीहरु भेटिएको सो जरिवाना गरिएको हो । ललितपुरका सहायक प्रमुख जिल्ला अधिकारी अमरदीप सुनुवारको नेतृत्वमा गएको टोलीले बजार अनुगमन गरेको थियो। भाट भटेनीमा अनुगमन गर्दा एक वर्ष अघि म्याद गुजरिएको ध्यु चार सिसी, तौल नपुगेको अण्डा र तरकारी भेटिएको थियो।उपभोक्ता हित संरक्षण ऐन २०७५ अनुरूप उपभोक्ताको स्वास्थ्यमा प्रतिकूल असर पार्ने वस्तु बिक्री गरेकोले एक लाख रुपैयाँ जरिवाना तिराउने निर्णय गरेको अनुगमन टोलीका संयोजक अमरदीप सुनुवारले बताए ।

‘सो कार्य दफा १८ को खण्ड (ग) बमोजिम कसूरका रुपमा लिएका छौ।सात दिन भित्र एक लाख रुपैयाँ जरिवाना बुझाउन डिपार्टमेन्टल स्टोरलाई पत्र बुझाएका छौ ।’ सहायक प्रमुख जिल्ला अधिकारी समेत रहेका संयोजक सुनुवारले बताए। सो ऐनको उपदफा (ग) मा उपभोक्ताको स्वास्थ्यमा प्रतिकूल असर पर्ने वस्तु वा सेवाको उत्पादनलाई वस्तु वा सेवाको सम्बन्धमा गर्न नहुने कार्यको सूचीमा राखिएको छ । सो कार्य कसूर गरेको मानिने सो ऐनको दफा ३८ को खण्ड (भ) मा टेकेर दफा ४० को खण्ड (ख) अनुसार एक लाख

रुपैयाँ जरिवाना गरिएको संयोजक सुनुवारले बताए। टोलीले भाटभेटनीलाई म्याद नाघेका सामग्रीहरु व्यवस्थित गरेर राख्न, सामान खरिद गरेको वील देखाउन निर्देशन दिएको छ ।

त्यसैगरी मानभवनस्थित बिगमार्टमा बिक्रीका लागि राखिएको तरकारीको तौलमा अस्वभाविक फरक पाइएको र खाद्य सामग्रीहरु म्याद नाघेको भेटिएको छ। वोडी, फर्सी, अण्डा र भटमासको पाकेटको तौल



नपुगेको र गुलाव जामुन एक पाकेट, तुल्सी नेमकीन ६ पाकेट म्याद गुजरिएको भेटिएकोले सो समानन नष्ट गरिएको अनुगमनका सदस्य सचिव सञ्जय थापाले बताए । घरेलु तथा साना उद्योग कार्यालयका प्रमुख समेत रहेका समितिका सदस्य सचिव थापाका अनुसार सो बिग मार्टलाई तीन दिन भित्र १० हजार रुपैयाँ जरिवाना साना तथा घरेलु उद्योगको कार्यालयमा गएर तिर्न पत्र दिइएको छ ।

त्यस्तै जावलाखेलस्थित सेलवेज डिपार्टमेन्टर स्टोरमा म्याद नाघेका बियरको सिसी भेटिएकोले १० हजार रुपैयाँ जरिवाना गर्ने निर्णय गरिएको पनि समितिले जनाएको छ।त्यस्तै आखिनी फार्मेसी प्रा.लि र घैटै चिया क्याफेलाई आवश्यक कागजात पत्र



नेवार समुदायले मनाए चथा: गणेश चतुर्थी

भक्तपुर । भाद्र शुक्ल पक्ष चतुर्थीको अवसरमा नेवार समुदायले सोमवार राती गणेश, चन्द्रमा र चथा: छोको पुजा गरी चथा: पर्व मनाएका छन । तिथि घटबढका कारण सोमवार तीज भएपनि साँझ नेवार समूदायले चतुर्थी मनाएका हुन । केहीले मंगलवार मनाउँदैछन ।

नेवार समुदायले जीवनमा चोर दोष नलागोस भन्ने कामनाका साथ चथा: पर्व मनाउँछन । भगवान गणेशको जन्म दिन समेत मानिएको चतुर्थीको दिन नेवार समुदायले बिहानै घर चोख्याएर दुवो, लड्डु र मुला चढाएर गणेशको पुजा गर्दछन । यसो गर्दा भगवान गणेश खुसी हुने र जीवनमा चिताएको मनोकामना पुरा हुने जनविश्वास रहेको छ ।

नेवार समुदायले चथा: पर्वको परम्परा अनुसार साँझ चन्द्रमाको पुजा गरेका थिए । चन्द्रमालाई विधि पूर्वक पुजा गरे जीवनमा अनाहकमा चोर दोष नलाग्ने जनविश्वास रहेको छ । यस दिन नेवार समुदायले विशेषगरी कमलको पात, कमलको पात

नभए हलेदोको पातमा नैवेद्य, काँक्रो, नासपाती, अनार, अम्वा तथा केराउ, चना, बकुल्ला, मकै, भटमास, गहुँलगायत आठ प्रकारका भुटेको गेडागुडी राखेर साँझ चन्द्रमाको पुजा गर्ने गर्दछन । घरका सबैजना बसेर चन्द्रमालाई चढाएको फलफुल तथा गेडागुडी प्रसादको रुपमा खाने चलन रहेको छ ।

नेवार समुदायमा चन्द्रमाको पुजा गर्ने दुई वटा परम्परा रहेको छ । एक थरी समुदाय चन्द्रमाको दर्शन गर्न नहुने मान्यताका साथ घरको सबै भ्याल ढोकामा समेत पर्दा वा कपडा राखेर चन्द्रमाको प्रकाश समेत घर भित्र छिर्न नसक्ने गरी लुकेर पुजा गर्ने गर्दछन भने अर्को थरी समुदाय घरको आँगनमा घरका सबै सदस्य जम्मा भएर चन्द्रमाको प्रतिक्षामा बस्ने र चन्द्रमा देखा परेपछि मात्र पुजा गरी प्रसाद खाएर घर भित्र जाने प्रचलन रहेको छ ।

राती चन्द्रमाको पुजा गर्नुको अर्थ कुनै पनि व्यक्तिको रुपरङ्ग अस्थाई र गौण हुने तथा उसका राम्रो पक्ष भनेको उसको काम हो

भन्ने सन्देश समेत दिने गरेको संस्कृतिविद् तथा ईतिहासविद् प्रा. डा. पुरुषोत्तमलोचन श्रेष्ठ बताउनुभयो ।

गणेश चतुर्थीलाई भक्तपुरका नेवार समुदायले दशैँ भित्थ्याउने चाडको रुपमा समेत लिने गरेको छ । दशैँको प्रारम्भ पर्वको रुपमा लिने भएकाले नेवार समुदायले चथा: दिन विशेषगरि घरघरमा मासु भित्थ्याउने चलन पनि रहेको छ । नेवार समुदायमा चथा: पर्व राम्रो भए दशैँ पनि राम्रो हुने धार्मिक मान्यता र विश्वास रहेको पाईन्छ । चथा:कै दिन भक्तपुरका किसानहरुले आ-आफ्ना अर्दुवा खेतीको पुजा गर्ने प्रचलन समेत रहेको छ ।

पौराणिक लोककथन अनुसार सत्ययुगमा एक दिन स्वर्गमा देवसभा भएको समयमा चन्द्रमाले गणेशलाई हात्तीका टाउके मुख भएको भनी ठूलो हला र अपमान गरेपछि गणेशले सहन नसकेर रिसाएर चन्द्रमालाई तिम्ने मुख हेर्ने जोकोहीलाई चोर दोष लागोस भनेर श्राप दिएछन। गणेशको सोही श्रापको प्रभावले त्यसदिनदेखि चन्द्रमाको मुख हेर्ने

सबैलाई चोर दोष लाग्न थाल्यो । त्यसपछि देवीदेवताहरु समेतले चन्द्रमाको मुख हेर्न छाडिदियो । यसले गर्दा चन्द्रमाको ठूलो बेइज्जत भयो र चन्द्रमा बाहिर आउन, हिँडडुल गर्न समेत नसक्ने अवस्थामा पुग्यो । त्यसपछि चन्द्रमा महादेवको शरणमा गयो र उनै महादेवको सहयोगले गणेशलाई दुवो, लड्डु र मुला चढाई क्षमायाचना गरे । चन्द्रमाको क्षमायाचन(वाट प्रभावित भएर गणेशले अब देखी भाद्र शुक्ल चौथीको एक दिन बाहेक अरु दिनमा चन्द्रमाको मुख हेरे चोर दोष नलाग्ने वरदान दिए। साथै गणेशले राती विधि पूर्वक चन्द्रमाको पुजा गरे सो दिनमा चन्द्रमा दर्शन गरेपनि चोर दोष नलाग्ने वरदान समेत दिएकाले गणेश चतुर्थीको दिन राती चन्द्रमाको पुजा गर्ने परम्परा बसेको लोककथन पाईन्छ ।

चथा:को दिन ईन्द्रजात्राको लागि भक्तपुरबाट काठमाण्डौको बसन्तपुरसम्म लिंगो लैजाने परम्परा रहेको छ ।

सिद्धार्थ साकोसबाट सगुन तथा पोषण बितरण कार्यक्रम

मध्यपुर थिमि । सिद्धार्थ बचत तथा ऋण सहकारी संस्था



लि.ले आफ्ना जेष्ठ सदस्यहरुको सम्मानमा कुशे औसीको अवसर पारेर संस्थाकै भवनमा सम्मान सहित सगुन तथा पोषण बितरण कार्यक्रम सम्पन्न गरेको छ ।

कार्यक्रममा सहकारी विज्ञ तथा नेफ्स्कूनका पूर्व अध्यक्षसमेत रहेका कैलाशभक्त प्रधानांगले कार्यक्रमको उद्घाटन गर्दै जेष्ठ नागरिकको सम्मानमा उस प्रकारको साँस्कृतिक कार्यक्रम कमै मात्र हुने गरेकोमा सिद्धार्थ साकोसको जेष्ठ नागरिक प्रतिको सामाजिक दायित्व अन्तर्गत यस प्रकारको साँस्कृतिक कार्यको प्रशंसा गर्दै अग्रजको सम्मानले हामी सबैको जीवनशैली सफल हुने र आफूले चिताएका सबै कुराको परिपूर्ति हुने बताए । साथै स्वस्थ र सफलताको लागि सामाजिक जीवनमा जेष्ठ नागरिकसँगको सामिप्यता अपरिहार्य रहेको बताए ।

कार्यक्रममा संस्थाका जेष्ठ नागरिकहरुलाई नेवारी परम्परा अनुसार सगुनबाट सम्मान गरिएको थियो भने पोषण पनि बितरण गरेको थियो ।

कार्यक्रम संस्थाका अध्यक्ष राजेश श्रेष्ठको सभापतित्वमा सम्पन्न भएको कार्यक्रममा चाणक्य कलेज अफ म्यानेजमेन्टका अध्यक्ष तथा मध्यपुर थिमि नगरपालिकाका पुर्व नगर उपप्रमुख चन्दनकृष्ण श्रेष्ठ र संस्थाको निवर्तमान अध्यक्ष रमेश श्रेष्ठले आफ्ना विचार राखेको थियो । कार्यक्रम संस्थाका सदस्य चन्द्रकृष्ण श्रेष्ठ (गोपाल) संचालन गरेको थियो ।

एलन मस्क प्रति रुष्ट बन्यो ताइवान



एजेन्सी । टेस्ला, स्पेस एक्स, तथा एक्स (ट्वीटर)का मालिक अर्बपति एलन मस्क आफ्ना भनाइ तथा कामहरुका कारण निरन्तर चर्चा र विवादमा आइरहेका हुन्छन् । पछिल्लोपटक ताइवानसम्बन्धी उनको अभिव्यक्ति निकै विवादास्पद बनिरहेको छ र स्वयं ताइवानले नै कडा टिप्पणी गरेको छ ।

मस्कले ताइवान टापु चीनको हिस्सा भएको भन्ने अभिव्यक्ति दिएको प्रति टिप्पणी गर्दै ताइवानले आफु विक्रीमा नभएको जवाफ दिएको छ । ताइवानी विदेश मन्त्री जोसेफ ऊ ले सोसल साइट एक्समा लेखेका छन्: “सुन्नुहोस् ताइवान जनगणतन्त्र चीनको हिस्सा होइन र यो निश्चित रुपमा विक्रीमा पनि राखिएको छैन ।”

हालै एक व्यवसायिक सम्मेलनमा मस्कले ताइवानलाई हवाई टापुसँग तुलना गर्दै ताइवान चीनको अभिन्न हिस्सा रहेको बताएका थिए । स्वशासित मुलुकको रुपमा ताइवानमाथि चीनले आफ्नो दावी गर्दै आएको छ र पछिल्ला वर्षहरुमा चीन र ताइवानबीचको तनाव बढिरहेको अवस्था छ । हालै चीनले ताइवान नजिकै हवाई तथा जलसैनिकको अभ्यास गरेको थियो । आफ्नो सामुद्रिक क्षेत्रमा १० वटा चिनियाँ पानी जहाज प्रवेश गर्नुका साथै त्यसको आकाशमा ४० वटा चिनियाँ सैनिक जहाज देखिएको ताइवानले जनाएको छ ।

चीनमा आफ्नो व्यवसायिक स्वार्थ गाँसिएका एलन मस्कले आफ्नो अभिव्यक्तिका कारण ताइवानलाई चिह्न्याएको यो पहिलोपटक भने होइन । गत वर्षको अक्टोबरमा उनले बेइजिङ र ताइपेइबीचको तनाव कम गर्नका लागि चीनलाई ताइवानमाथि केही हदसम्मको नियन्त्रण प्रदान गर्नुपर्ने बताएका थिए । फाइनान्सियल टाइम्ससँगको अन्तरवार्तामा उनले दुई देशहरु तार्किक तथा स्वीकार्य सम्झौतामा पुग्नसक्ने बताएका थिए । मस्कको अभिव्यक्तिको अमेरिकाका लागि चिनिया राजदूतले प्रसंसा गरेका थिए । तर उनका ताइवानी समकक्षीले भने कडा प्रतiroध गर्दै ताइवानको स्वतन्त्रता विक्रीमा नरहेको जवाफ दिएका थिए ।

मस्कको अभिव्यक्तिका सम्बन्धमा ताइवानी विदेशमन्त्री ऊ ले एक्स (ट्वीटर) लेखेका छन् : मलाई आशा छ एलन मस्कले चीनका जनतालाई सोसल साइट एक्स प्रयोग गर्न दिनका लागि चिनिया कम्युनिष्ट पार्टीलाई अनुरोध गर्नेछन् । स्मरण रहोस् माइक्रो ब्लिगिङ साइट एक्स चीनमा प्रतिबन्धित छ । एलन मस्कको कार कम्पनी टेस्लाको ठूलो निर्माण कारखाना चीनको सांघाइमा रहेको छ । उनले गत मे महिनामा चीनको भ्रमण गरी उच्च चिनिया अधिकारीहरूसँग भेट गरेका थिए ।

अमेरिका र चीनबीचको सम्बन्ध पछिल्ला वर्षहरुमा विग्रिहेको बेला एलन मस्कको चीन भ्रमण निकै ठूलो चर्चाको विषय बनेको

जसपा नेतालाई समात्ने

काठमाडौँ । विराटनगर महानगरपालिकाले तीन जना नगरप्रहरीलाई जिम्मेवारीबाट हटाएको छ । जनता समाजवादी पार्टी मोरङ अध्यक्ष तथा औषधि व्यावसायी राजकुमार यादवलाई पक्राउ गर्ने एक प्रहरी हवलदार र दुई नगरप्रहरी जवानलाई महानगरपालिकाले नगरप्रहरीको जिम्मेवारीबाट हटाएको हो ।

विराटनगर अस्पताल चोकमा पार्कीडको विषयमा विवाद हुँदा जसपा नेता यादव र प्रहरी जवानबीच ठेलामठेल भएको थियो । त्यसपछि पुगेको नगरप्रहरीले जसपा नेता यादवलाई औषधि पसलबाट कठालोमा समातेर लछारपछार पादै ल्याएको भिडियो

सार्वजनिक भएपछि जसपा कार्यकर्ताले आन्दोलन गरेका थिए । आन्दोलनपछि नगरप्रमुख नागेश कोइरालाले नगरप्रहरीलाई नगरप्रहरी सेवाको जिम्मेवारीबाट हटाएका हुन् ।

भदौ २७ गते बेलुका नगरप्रहरीले जसपा नेतालाई लछारपछार पादै प्रहरी कार्यालय पुर्याएका थिए । लगत्तै मेयर नागेश कोइरालासँगको छलफपछि घटना साम्य भएको थियो । तर लछारपछार पारेको भिडियो सार्वजनिक भएपछि जसपाले प्रदर्शन गरेको थियो । जसपाले प्रदर्शनपछि महानगरपालिकामा भदौ ३१ गते महानगर प्रमुख र जसपा नेताबीच छानविन गरी कारवाही गर्ने सहमति भएको

नगरप्रहरी कारवाहीमा

थियो ।

छानविनपछि नगरप्रहरी हलद्वार रमेश निरौला भण्डारी, नगरप्रहरी जवान विक्रम श्रेष्ठ र बब्लु केशरीलाई नगरप्रहरी सेवाबाट हटाएको मेयर नागेश कोइरालाले जानकारी दिएका छन् ।

विराटनगर महानगरपालिका प्रमुखज्यूको अध्यक्षतामा जसपाका केन्द्रीय सदस्यसहितको प्रतिनिधिमण्डलको उपस्थीतिमा भएको छलफलको निर्णयबाट महानगरप्रमुखज्यूलाई छानविन गरी आवश्यक कारवाही गर्ने अख्तियारी दिएको आधारमा नगरप्रहरी हवलदार रमेश निरौला भण्डारी, नगरप्रहरी जवानहरु विक्रम श्रेष्ठ र बब्लु केशरीलाई

क्यान्सर अस्पताल संचालनमा व्यापक अनियमितता



भक्तपुर । स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्री मोहनबहादुर बस्नेतले भक्तपुरलाई स्वास्थ्य क्षेत्रको उत्कृष्ट गन्तव्यस्थलको रुपमा विकास गर्ने सरकारको उद्देश्य भएको बताउँदै भक्तपुर क्यान्सर अस्पतालको व्यवस्थापन तथा सेवा वृद्धि गर्ने विषयमा मन्त्रालयको ध्यानाकर्षण भएको बताएका छन् । भक्तपुर क्यान्सर अस्पताल विकास समिति गठन आदेश परिमार्जन गर्ने विषयमा स्वास्थ्य मन्त्रालयको आयोजनामा भएको कार्यक्रममा बोल्दै उनले अस्पतालको व्यवस्थापन पक्षलाई सुधार गरी अगाडि बढ्ने सरकारको लक्ष्य रहेको बताए ।

कार्यक्रममा भक्तपुर नगरपालिकाका प्रमुख सुनिल प्रजापतिले भक्तपुर क्यान्सर

अस्पताल नेपाल सरकारले स्थापना गरेको अस्पताल भएको स्पष्ट पाउँदै सरकारी अस्पताललाई नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाले आफ्नो निजी भै संचालन गरी व्यापक अनियमितता गरेको कारण नगरपालिकाले त्यसको संरक्षण गर्नुपर्ने अवस्था आएको बताउँदै उनले नेपाल सरकारले गठन आदेशमार्फत सरकारको स्वामित्वमा ल्याएकोमा खुशी व्यक्त गर्दै अस्पताल विकास समिति नगर प्रमुखको अध्यक्षतामा गठन भए जनतालाई प्रभावकारी सेवा पुग्ने बताए ।

नेपाल सरकारको सम्पत्ति गैर सरकारी संस्था (एनजिओ)को बनाउन दिने पक्षमा नरहेको बताउँदै उनले भक्तपुर क्यान्सर अस्पतालमा विगतमा भएको

आर्थिक अनियमिता र भ्रष्टाचार रोक्न नगरपालिकाले पटक पटक प्रयाश गरेको र आर्थिक अनियमितताको सवालमा सचेत गर्दै आइरहेको विचार राखे । तत्कालीन भक्तपुर नगरपालिकाले भक्तपुर क्यान्सर अस्पतालको भौतिक पूर्वाधार निर्माणमा ५ रोपनी ४ आना जग्गा उपलब्ध गराएको स्मरण गर्दै त्यस पछि पनि नगरपालिकाले थुप्रै आर्थिक सहयोग गर्दै आइरहेका उल्लेख गरे ।

भक्तपुर क्यान्सर अस्पतालमा गरिव जनताले सहज ढंगले स्वास्थ्य उपचार प्राप्त गरिरहेको बताउँदै उनले भक्तपुर नगरपालिकाले स्वास्थ्य क्षेत्रलाई प्राथमिकतामा राख्दै १०० शैय्याको खप अस्पताल स्थापना गरी स्वास्थ्य सेवा प्रवाह गर्दै आइरहेको बताए । उनले नेपाल सरकार विरुद्ध उजुरी हाल्ने नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाले विना शर्त उजुरी फिर्ता लिई अस्पतालको सुविधा प्रबर्द्धनमा सहयोग गर्नुपर्ने विचार व्यक्त गरे ।

कार्यक्रममा नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाका केन्द्रीय अध्यक्ष महेश श्रेष्ठले अस्पतालको विषयमा संघ र स्थानीय

सरकारसँग समन्वयात्मक ढंगले अगाडि बढ्ने मनसाय व्यक्त गरे ।

कार्यक्रममा भक्तपुर नगरपालिका वडा नं. ९ का वडाध्यक्ष एवम् अस्पताल विकास समितिका सदस्य रविन्द्र ज्याख्वले भक्तपुर क्यान्सर अस्पतालका वैथितिहरुलाई सुधार गर्दै अस्पतालको सेवा प्रवाहलाई गुणस्तरीय बनाउनेतर्फ अस्पताल विकास समितिले काम गर्दै आइरहेको बताए । उक्त कार्यक्रममा स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयका अतिरिक्त स्वास्थ्य सचिव दिपेन्द्र रमण सिंह, अतिरिक्त स्वास्थ्य सचिव विकास देवकोटा, नीति योजना तथा अनुगमन महाशाखाका कृष्ण पौडेल, नेपाल अर्बुद रोग निवारण संस्थाका केन्द्रीय महासचिव विमल हाडा, संस्थाका बढी बस्नेत, भक्तपुर क्यान्सर अस्पतालका कार्यकारी निर्देशक विष्णुदत्त पौडेल, भक्तपुर क्यान्सर अस्पतालका डा. उज्ज्वल चालिसेलगायतले भक्तपुर क्यान्सर अस्पताल व्यवस्थापन तथा चुनौतीहरुबारे आआफ्नो धारणा राखेको थियो ।



दिल्ली.....

नबुङ्गेपछि 'जनयुद्ध', त्यसपछिको संविधान सभामा भएको आठआठ वर्षको माथापच्ची, नेपालको विविधता र बहुलताका आधारमा हामी धर्मनिरपेक्षतामा गएका हौं । धर्मनिरपेक्षतामा जानु भनेको क्रिस्चियन हुनु होइन । मुस्लिम हुनु होइन । हिन्दू हुनु होइन । तर एकथरी समूहलाई हिन्दू राज्यबाट धर्मनिरपेक्ष राज्य भएको हुनाले हामी पछाडि पर्यौं भने भावना आयो । यो भावनालाई भारतको वर्तमान राजनीतिमा बढावा दियो ।

हिन्दू र हिन्दूत्व
 यो १९९६ सेप्टेम्बरको कुरा हो । गिरिजाबाबु (पूर्वप्रधानमन्त्री गिरिजाप्रसाद कोइराला) र शम्शेर कोइरालाका स्वकीय सचिव थिए । र अटलबिहारी वाजपेयीबीच दिल्लीमा भएको बैठकमा म पनि सँगै थिएँ । धर्मको कुरा उठ्यो । दसैँ मुखमै थियो । गिरिजाबाबुले ‘आप लोगों का हिन्दूत्व और हमारा हिन्दू धर्म फरक है । आप लोगोंका राजनीतिक एजेन्डा है, हम लोगोका सांस्कृतिक । आप लोगों का हिन्दूत्व है, हम लोग सनातनी हिन्दू है । हमारे यहाँ हिन्दूत्व मत घुसाइएगा’ भन्नुभयो । मैले कुरा बुझिनँ । मामी त्यहाँबाट फर्कियोँ ।

मेल आफ्ना जिज्ञासा गाडीमा सोधेर र गिरिजाबाबुले भन्नुभयो- 'आरएसएसलाई हिन्दुस्तान भएको मन परेको छैन । गान्धीलाई माया । तपाईंले पढ्नुभएकै छ त यी सबै । यो सेवकुलर कन्स्टिच्युसन फ्रेमवर्कमा छ (आरएसएस) छैदैन । उसले त हिन्दूहरूलाई राजनीतिक रूपले संगठित गरेर वर्चस्व कायम गर्ने मात्र हो ।'

वहाँले नेपालको हिन्दूबारेको आफ्नो बुझाइ मलाई सम्झाउँदै अगाडि थप्नुभयो- 'हाम्रो अरू एसएसको जस्तो होइन, फरक छ । हामीले धर्मलाई राजनीतिमा जोड्दैनौं । जुन धर्म माने पनि कांग्रेसलाई भोट दान भन्छौं । हामी हिन्दू हुनुको अर्थ सनातनी हो, संस्कृति हो, बहलता हो ।'

मैले हिन्दू र हिन्दूत्वबीचको फरकबारे पहिलोपल्ट त्यहीँ सुनेको हुँ । हाम्रो नेतृत्व त्यो बेला नै हिन्दू र हिन्दूत्वको भेदबारे सचेत थियो ।

अहिले भारतमा त
सनातनमा पनि विवाद उठाइदैंछ, त्यहीबेला वहाँले भन्नुभएको मलाई अझै स्मरण छ । 'पूर्वमा राईलिम्बुहरु दसैँमा टीका लगाउँछन्, तर सन्तो लगाउँछन् । जनजातिले सन्तो लगाउँछन्, हामीले रातो लगाउँछौँ । तर टीका लगाउँछौँ । गाउँघरमा बाहुन, गुरुङ, मगर, राई र लिम्बुमा पनि सोटीसोल्डना भन्ने चलन छ । एउटाले रक्सी चढाएर कालो भाले काटेर ढुंगालाई पूजा गरिरहेको हुन्छ, अर्कोले त्यहीनेर धार बाँधेर दूध चढाइरहेको हुन्छ । हाम्रो हिन्दू भन्नेको परम्परा अनुरूप चलिरेहेको हो ।'

हाम्रोमा रहको यस्ता
विविधतालाई कसरी संरक्षण
गर्ने भन्ने गिरिजाबाबुको कुरा
थियो। वहाँ त पूजाआजा गर्नुहुन्थेन-
तर मलाई सोध्नुहुन्थ्यो- 'तपाईंहरुको
कुलपुजामा बोका काट्छ कि
काट्दैन?' 'पहिला काट्थे अहिले
छाडेर' भन्दा 'बाहुनहरुले महँगो
भएर छाडेका हुन' भन्नुहुन्थ्यो। तर
कुलपुजामा कति ठाउँमा बाहुनले
बल दिन्छ, कति ठाउँमा दिदैन
परम्परा फरक छ। त्यो विविधता
छ यहाँ।

या फरकपना हाम्रोमा मात्र होइन उनीहरूबीचमै पनि छ । दक्षिण भारतमा पनि राम, लक्ष्मण र सीता पुज्छन् तर दक्षिण र उत्तर भारतको मान्ने तरिकामा फरक देखिसकियो । हिन्दूभिन्न पनि वैष्णव छ, शैव छ, दसथरी पन्थ छ । हामी दसैँमा जमरा टाँसेर हिँड्छौं, उनीहरू

जमरा नै लगाउँदैनन् । बाहुन भनेर भएन । हामीले १३ दिनमा गर्ने कर्मकाण्ड उनीहरु (भारतीय बाहुन) ले गर्दैनन् । त्यो भारतीयले पनि बुझ्नेकै कुरा हो तर हिन्दूत्व मान्ने भारतीयले नारा भन्न लगाउँछ- 'गर्व से कहो हम हिन्दू हैं' ।

भारतीय चासो कि हस्तक्षेप?
न े प ा ल क ा े
बहुलता / विविधतालाई केन्द्रमा
राखिहेनें हो भने धर्म सार्वजनिक
जीवनको महत्वपूर्ण पक्षभन्दा पनि
त्यत्तिगत जीवनको पक्ष हो ।
राज्यको धर्म भनेको प्रतिनिधित्वको
सुनिश्चितता हो । न्यायको
सुनिश्चितता हो । त्यसकारण
हामीले नेपालजस्तो सानो ठाउँमा
बहुसंख्यक र अल्पसंख्यकलाई सुरक्षा
दिने सन्दर्भमा धर्मलाई अलि पर
राखौं भनेर धर्मनिरपेक्षता चयन
गरेका हौं । हाम्रो निर्णयमा दक्षिणी
छिमेक भारत त्यति खुसी थिएन,
त्यही भएर हामीले नाकाबन्दी जस्ता
कुरा बेहोर्नुप्यो । हाम्रो नेतृत्वलाई के
लायानरहेको छ भने भारतलाई आफ्नो
दार्शनिक बनावटका निम्ति भारतमा
अहिले जस्तो किसिमको चरित्र छ,
त्यो चरित्रको मानिसहरूसँग सामीप्य
बढाउनुपर्छ ।

आज मलाई या आलखामाफत एउटा कुरा सार्वजनिक गर्नु छ । केही समयअघि भाजपाको निमन्त्रणामा नेपाली कांग्रेसका नेता प्रकाशशरण महत, उदयशमशेर राणा र अर्का एजकनाको डेलिगेसन भारत गयो । मलाई थाहा छैन व्यक्तिगत रुपमा उनीहरुले अन्य दलका नेताहरुलाई भेटे कि भेटेनन्, तर आधिकारिक तवरमा उनीहरुले भाजपा बाहेक अरु पार्टीका मान्छेहरुसँग भाइचारा भेट नै गरेनन् । जबकि भारतमा विभिन्न राजनीतिक दलहरुसँग भाइचारा सम्बन्ध छ, नेपाली कांग्रेसको । दिल्लीबाट फर्किएर उनीहरु लखनउ आए र उत्तरप्रदेशका मुख्यमन्त्री योगी आदित्यनाथसँग भेटेर गोखपुर हुँदै फर्किए । त्यसपछि भाजपाका नेता आउँछन् र प्रधानमन्त्रीको दुलहीलाई हातमा राखी बाँधिदिन्छन् । हिन्दुत्वको प्रतीकको स्तुति हुन्छ ।

नब्बेको दशकपछि मात्र आएको हो । नेपालको लोकतान्त्रिक आन्दोलनमा अन्य दलका भारतीय साथीहरुका ठूलो सहयोग थियो । नेपाली कांग्रेस जस्तो पार्टीले सबै दलहरूसँग भेटनुपर्थ्यो । लोकतन्त्र हो भोलि त्यहाँ हुने चुनावबाट जुनसुकै पार्टी पनि सत्तामा आउन सक्दछ । त्यसैले हामीले कसैसँग विशेष सम्बन्ध हुँदाहुँदै पनि अरूसँग पनि समदुरीको सम्बन्ध कायम गर्नुपर्दछ । अहिले हामी के सुनिरहेका छौं भने नेपालको दक्षिणी सीमाक्षेत्रमा अरु एसएस (राष्ट्रिय स्वयंसेवक संघ), विश्व हिन्दू परिषद र विश्व हिन्दू महासभाहरुले आफ्ना ठूलो जनशक्ति परिचालन गरिरहेका छन् । तिनको कहिले पूर्वमा सम्मेलन हुन्छ, कहिले पश्चिममा हुन्छ । यसले के प्रस्तुत गरिरहेको छ भने भारतमा भएको अहिलेको राजनीतिक जुन मूलमार्ग छ त्यसभन्दा पर हामी जान सकेनौं । त्यसका आधारमा हामीले राजनीति गर्नुपर्छ भन्ने किसिमको सोचबाट हाम्रा ठूला दलका नेताहरु निर्देशित छन् ।

प्रचण्डजस्ता मान्छल गरुवस्त्र
लगाउनुपथ्यो । नासिकमा गएर
शिवजीको पूजा गर्नुपथ्यो । व्यक्तिगत
रूपमा सोध्नुहुन्छ भने म पनि तौ
ठाउँमा प्रधानमन्त्री गिरिजाप्रसाद
कोइरालासँग गएको छु । राष्ट्रपति
डा. रामवरण यादवसँग गएको छु ।
काशीमै जानिएको हुँकिएको मान्छे
गिरिजाबाबुले मलाई पूजा गर्न
लगाउनुभयो, आफूले गर्नुभएन ।
वहाँ मन्दिर कति जानुहुन्थ्यो थाहा
छैन, तर शिवरात्रीको दिनमा
वहाँको घरमा मासु पाख्येन ।
त्यो सांस्कृतिक हो । राष्ट्रपति
रामवरणजी पनि त्यस्तो धर्मभरीर
मान्छे, होइन । वहाँले पनि आफ्नो

मेघभुषामा टोपी, कुर्ता लगाउने र काँधमा गम्झा भिर्ने गर्नुहुन्थ्यो । मन्दिर मात्र होइन, मस्जिदमा पनि जानुहुन्थ्यो । तर अहिलेको नेतृत्वमा यो भावना देखिँदैन । अहिलेको नेतृत्वमा भारतमा भएको भाजपाको जुन मूल पक्ष छ, हिन्दूत्व, त्यसको आधारमा नेपालमा सजिलैसँग शासन गर्न पाइन्छ कि भन्ने जुन दृष्टिकोण र व्यवहार देखिएको छ, त्यो चिन्ताजनक छ ।

पारवतनकामी दलहरु पनि
भाजपाको राजनीतिको अनुकूल
हुने व्यवहार गर्ने, त्यसप्रकारका
कुराहरु सहिदिने र अर्को पक्ष जो
संघीयतालाई नमान्ने राजा आरु
देश बचाउ भन्नेहरु पनि धर्ममा
जोडिन आउने? यो बडा अनौठो
'फल्टलाइन' धर्मको वरिपरि
'छल्छल्'। अहिले हामी जुन किसिमको
परिचालनको राजनीति देखिरहेका
छौं, संविधानको चार वटा मूल
संरचनात्मक स्तम्भ (लोकतन्त्र,
संघीयता, गणतन्त्र र धर्मनिरपेक्षता)
र अर्को दुई स्तम्भ आर्थिक उदारीकरण
र समावेशितामध्ये कुनै एउटा
पुर्जालाई तपाईंले हल्लाइदिनुभयो
भने अहिलेको हाम्रो संवैधानिक
संरचना भत्कन सक्ने सम्भावना
हन्छ। मलाई के लाग्छ भने जुन
किसिमले धरान र मधेशमा धार्मिक
उन्मादका कुराहरु भए, त्यो
बहुसंख्यकको पक्षबाट होस्, त्यो
अल्पसंख्यकको पक्षबाट भएको होस्,
त्यसले संवैधानिक संरचनालाई
हिर्काउने प्रयास गर्यो।

नेपालको धर्म-राजनीतिको अन्तर्राष्ट्रिय आयाम छ । भारतको असहमतिको वावजुद हामीले संविधान जारी गर्‍यौं । अहिले उठिरहेको धार्मिकतासँग त्यसको सम्बन्ध देखिन्छ । गएको निर्वाचनमा मौन समय सुरु भएपछि मोदीले टेलिभिजन पत्रकार लिएर मुक्तिनाथ गएको हो कि होइन? निर्वाचन आचारसंहिता विरुद्ध भारतीय टेलिभिजनले त्यो देखाएको हो कि होइन? जनकपुरमा आएर जानकी माताकोमा साइकिल बाँड्छु भनेको हो कि होइन? उनले भारतलाई तुरुन्त धर्मनिरपेक्षतामा लैजान सक्नेदिन । तर त्यही काम नेपालमा गरेर 'मैले नेपाललाई जोगाएँ' भनेर राजनीतिक लाभ लिन छाटी ठोक्ने रणनीति बमोजिम मोदीद्वारा त्यसो गरिएको थियो ।

वहुसंख्यक मनाविज्ञान
भारतमा भएका विभिन्न
द्रन्द्हरु, श्रीलंकामा भएका विभिन्न
द्रन्द्हरु, पकिस्तानका विभिन्न
द्रन्द्हरुलाई हेर्दा एउटा सिन्नुपने
पाठ के आउँछ भने यदि बहुसंख्यक
आस्थाका मान्छेहरु वा बहुसंख्यक
जातका मान्छेहरुले आफूलाई
अपहेलित महसुस गर्थे भने त्यसबाट
निस्कन सक्ने हिसा र त्यसबाट
निस्कन सक्ने विभाजन एकसम ठूलो
हुन्छ । अहिले भारतमा हिन्दू ठगिए,
हिन्दूहरुले आफ्नो देश पाएनन् भनेर
संकथन श्रृजना गरिएको छ । भारत
मेरा निम्ति त अघि नै विभाजित
भइसक्यो । श्रीलंकामा सबैभन्दा
बर्लियो जाति सिंहलको हो देश उसकै
नाउँमा छ । उसले आफू अपहेलित
भाएँ भन्ने बित्तिकै त्यहाँ त्यत्रो हिसा
भयो । पञ्जाब प्रान्तमा सिख त्यति
महत्वपूर्ण जात हो- आर्मीमा छ,

यातायातमा छु, अर्थात् नन्म बोलमा छु, बहुसंख्यक छु । तर उसलाई के लाग्यो भने 'म अल्पसंख्यक हिन्दुवाट प्रताडित भएँ ।' उसले त्या सोचेबित्तिकै त्यहाँ त्यत्रो डरलाग्दो हिंसा आयो । हाम्रो नेतृत्व पनि सचेत हुनुपथ्यो । किनकि यसको डरलाग्दो पक्ष हामीले देखिसक्यौं । संविधान सभापछि हामीले समावेशीको कुरामा बहुसंख्यक जातिलाई नाम दिन पनि हिचकिचाएर 'अन्य' भन्यौं । त्यसो गर्दा 'हामीलाई अन्य भन्ने' भन्ने मनोविज्ञानले दोश्रो संविधान सभामा आउँदाखेरी समावेशिताको सिद्धान्तमा सम्मौता गरेको हामी पाउँदछौं ।

म बहुसंख्यकमा छु र मैले
अल्पसंख्यकमाथि शासन गर्नुपर्छ
भन्ने जुन फासिस्ट मनोविज्ञान
छ, त्यसले मुलुकको लोकतन्त्रलाई
हित गर्दैन। चुनावमा बहुसंख्यकले
जिच्छ। चुनावमा बहुसंख्यकले जित्ने
समाजमा हाम्रो जातको बहुमत
हुने तर हामीले किन नपाउने
पनि भनिन्छ। म आफू उदार
लोकतन्त्रको पक्षधर मान्छे भएको
हुनाले मेरो भनाइ के हो भने हो
चुनाव त हरेक पाँचपाँच वर्षमा
हुन्छ। हार्ने मान्छे फेरि फर्किएर
आउनसक्ने सम्भावना हुन्छ। तर
धर्मको राजनीतिमा फर्स्छौं भने हामी
एकअर्काको अस्तित्व नामेट पार्ने
बाटोमा जानेछौं। धर्मको राजनीति
अधो हुन्छ। धर्मको राजनीतिमा
आवेग हुन्छ। धर्मको राजनीतिमा
तर्कको भाव हुँदैन। त्यसकारण पनि
मलाई के लाग्छ भने हामी चनाखो
हुनुपर्दछ। नेतृत्व चनाखो हुनुपर्दछ।
त्यसैले बहुसंख्यक जाति, बहुसंख्यक
भाषी र बहुसंख्यक धर्मावलम्बीहरूले
आफूलाई अपहेलना महसुस गर्नेगरी
कुरा गर्नुभएन। त्यसैगरी हामी
बहुसंख्यक छौं, त्यसैले हामीले
आफूभन्दा अल्पसंख्यकलाई सम्मान
गर्नुपर्छ भन्ने संस्कार र संस्कृतिको
विकास गर्न अग्रसरता लिने
कन्जस्याइँ गर्नुभएन।

यो प्रश्न पनि गरौं
 धर्मका नाममा अहिले
 उठेका स-साना भिल्काहरुका
 बाट्ट्या आयामहरु के के छन्? किन
 अहिलेको समयमा आएर यसले
 बढावा पाइरहेको छ? कतै यो
 भिल्कोले हाम्रो संवैधानिक संरचना
 भत्काउन खोजिरहेको त छैन?
 संविधान सय प्रतिशत पूर्ण भन्न
 खोजेको होइन तर हरेकचोटि स-साना
 यस्ता कारणले हाम्रो संवैधानिक
 विकासक्रम अड्कन थाल्यो भने
 हाम्रो प्रगति र राजनीतिक स्थायित्व
 अन्ध प्र प्र धर्कोलएर जान्छ कसले
 यो गरिरहेको छ? के धर्मको नाममा
 चनेका मुलकहरुमा पनि यथेष्ट
 शान्ति र अमनचयन छ त? सोचौं

धर्मका नाममा बनेको
पाकिस्तान हामीले देखेकै छौं। धर्मको
नाममा बनेको इजरायलको अशान्ति
देखेकै छौं। युरोपमा त्यहाँका
राज्यप्रमुख चर्च जाँच्छन्, बाइबल
अनुसार शपथ खाँन्छन् भन्दै हाम्रोमा
पनि गीता समातेर शपथ गराउनुपर्छ
भन्ने तर्क गरिन्छ। हामीकहाँ पनि
प्रधानमन्त्री लगायतका सबैले
आफ्नो आस्थाको ईश्वरको नाममा
शपथग्रहण गर्दै आइरहेका छौं। कुनै
शेख मोहम्मद नामको मान्छे, मन्त्री
भयो भने उसले गीता समातेर
शपथ लिन्छ कि कुरान समातेर
लिन्छ? यतिको व्यक्तिगत स्वतन्त्रता
र चयनमा हामी बस्नेपर्छ। एकातिर
ईश्वरको नाममा शपथ नखाने
वामपन्थीहरु र अर्कोतिर गीता
समाएर शपथ खान पाइएन भन्ने
अतिवादीहरुको बीचबाट हामीले
वाटो खोज्नुपर्दछ।

नपाती समाज भट्ट हर्दा खुला देखिन्छ तर भित्र कताकता हाम्रो मनमा गडेर बसेका पुराना जडताहरु वेलाबखत प्रकट भइरहन्छन्। पढेर, लेखेर के गर्ने, दिमागबाट जातीय भेदभ्रैषीय संकीर्णता अभै पनि गएको अज्ञानता, अशिक्षा र पछौटेपनले गर्दा त्यसको जड जिचार अन्तर कुन्तरबाट अभै निस्किरहेको हुन्छ। यसमा राजनीतिक नेतृत्व सबभन्दा बढी दोषी छ। किनकि उसलाई थाहा छ, यो देशको बहुलता के हो, विविधता के हो भन्ने कुरा यी मान्छेहरु चुनाव लड्न गाउँगाउँ पुगेका छन्। हरेक ठाउँमा जातभात नभनी मान्छेले पस्केर दिएको खाएर हँडेका छन्। मुसलमानकहाँ भोट माग्न गएका छन्, हिन्दूकहाँ भोट माग्न गएका छन्। तर उनीहरुको मतबाट चुनाव जितेर आइसकेपछि अनि यो के व्यवहार गरिरहेका छन्। त्यसैले जिम्मेवार यिनै हुन्। त्यसैले हामीले नेतृत्वलाई घघ्यच्याइरहन छाड्नु हुँदैन। नपालखबरबाट

२०८० असोज ३ गते बुधवार
20 Sept. 2023 Wednesday



बिस्कुटको केक क्रिस्पले बढाउँछ
हृदयघातको जोखिम

एजेन्सी । जतिसुकै स्वस्थकर खाना खाए पनि त्यससँगै विस्कट, स्न्याक्स, क्रिस्प्स जस्ता खानेकुरा खाने बानी छ भने यसले हृदयघात वा स्ट्रोकको जोखिम बढाउँछ ।। यो हामीले होइन तर बेलायतमा गरिएको एक अध्ययनमा भनिएको हो । यस अध्ययनपछि बेलायती सरकारले खानाको मेनुवाट विस्कट र केक जस्ता स्न्याक्स हटाउने योजना बनाएको छ । लन्डनका अनुसन्धानकर्ताहरूले ८५० भन्दा बढी मानिसको खानपानको अध्ययन गरेर यस्तो निष्कर्षमा पुगेका हुन् । यस अध्ययनले चार मध्ये एक जनालाई हृदयघात र स्ट्रोकको उच्च जोखिम रहेको देखाएको छ । यी मानिसहरूले स्वस्थकर खाना खाइरहेका थिए तर यससँगै चकलेट, क्रिस्प केक आदि जस्ता क्रिस्पी चीजहरू खाने बानी पनि थियो ।

रागतमा चिनीको मात्रा पनि बढ्छ। अध्ययनले धेरै जंक फूड खाने व्यक्तिहरूले विहानको खाजा, दिउँसो र बेलुकाको खानामा स्वस्थकर खाना खाँदा कुनै फाइदा नभएको पाइएको छ। यिनै पौष्टिक चिजबाट उसले पाएको फाइदा जङ्गफुड खाएर खेर गयो। यी व्यक्तिहरूमा स्ट्रोक, हृदय रोग र मोटोपनाको जोखिम बढ्दै गएको छ। यी व्यक्तिमा रागतमा चिनीको मात्रा पनि उच्च रहेको पाइएको थियो। अध्ययनले यो पनि पत्ता लगायो कि जवसम्म तपाईंले बिहानको खाजामा फलफूल, नट र बीउ लिनुहुन्छ, त्यसमा पौष्टिकता रहन्छ, तर ब्रेकफास्टमा जंक फुड लिनभयो भने यसले धेरै हानि गर्छ।

स्वस्थकर खानाको फाइदा पनि खेर जान्छ, धेरै गहिरो विश्लेषण गर्दा एउटै प्रकारको खाना खाँदा पनि कतिपय मानिसहरू किन सधैं विरामी रहन्छन् भन्ने कुरा पत्ता लाग्यो । यसका लागि अनुसन्धानकर्ताहरूले ८५४ व्यक्तिको खान बानीलाई धेरै दिनसम्म नजिकबाट नियालेका थिए । उनीहरूको खानेकुरालाई समयमै ध्यान दिइयो । उसले के खायो र कहिले खायो भनेर पनि नोट गरे । ९५ प्रतिशतले बिहानको खाजा खाए । युरोपेली जर्नल अफ न्यूट्रिशनस्टमा प्रकाशित रिपोर्टका अनुसार लन्डनको किंग्स कलेजका अनुसन्धानकर्ताहरूले २६ प्रतिशत मानिसले स्वस्थ आहार लिइरहेका थिए तर त्यसले बिहानको खाजामा अस्वास्थ्यकर चीजहरू लिएर सबै पोषण नष्ट गरेको बताएका छन् । यी मानिसहरूको स्वास्थ्य सधैं कमजोर थियो । धेरैजसो मानिसहरूसँग नास्ताको लागि कुकीहरू, फलफूल, नट, बीउ, चीज, बटर, केक, पाई र ग्रेन्युला थिए । तर बिहानको खाजामा बिस्कुट, केक र क्रिस्प मात्र खानेमा रगतमा चिनीको मात्रा बढेको छ । यसले मृत् रोगको जोखिम पनि बढाएको छ ।

कर्नफ्लेक्स मधुमेहका रोगीका लागि बिष

एजेन्सी । मानिसहरू तुरुन्त भोक मेटाउन कर्नफलेक्स खान्छ । काम गर्ने मानिसहरू प्रायः बिहानको खानामा कर्नफलेक्स खाने गर्छन् । तर कोर्न फ्लेक्स अल्टा प्रशोधित हुन्छ र यसले धेरै प्रकारका हानि निम्त्याउँछ । मकैबाट कर्नफलेक्स बनाइन्छ र यसमा धेरै किसिमका पौष्टिक तत्वहरू मिसाइन्छ, भन्ने दावी गरिन्छ । कर्नफलेक्सलाई स्वादिष्ट बनाउन स्ट्रबेरी, मिश्रित फलफूल, बदाम र अर्गानिक मह मिसाइन्छ । यि चिजहरू मात्र मिसाएमा नोक्सान हुँदैन तर यसमा थपिएको चिनी र तुनले स्वास्थ्यलाई निकै हानि पुऱ्याउँछ । यसले रगतमा चिनीको मात्रा बढाउँछ र मुटुका लागि पनि राम्रो हुँदैन ।

कनप्लेक्स किन यात हानिकारक छै?
कनप्लेक्सलाई स्वादिलो बनाउनका लागि यसमा थपिने चीजहरू फरक हुन्छन् । यसवाहेक यसमा उच्च फ्रक्टोज कर्न सिरप थपिन्छ । पिएलओएस ओएनएस अनुसन्धानका अनुसार फ्रैक्टोजको अत्यधिक सेवनले मेटाबोलिक डिस्ग्रगुलेशनको जोखिम धेरै बढाउँछ । यसको मतलब शरीरको मेटाबोलिजमका गडबड हुन्छ । तसर्थ, यदि तपाईं अधिक मात्रामा कनप्लेक्स खानुहुन्छ भने यसको साइड इफेक्टहरू जान्न अति आवश्यक छ ।

रगतमा सुगरसँग मटु रोगका जाखिम प्रतिष्ठित हार्वर्ड टीएच चान स्कूल अफ पब्लिक हेल्थका डा पर्याङ्क हुका अनुसार थपिएको चिनी अर्थात् उच्च फ्रक्टोज कर्न सिरपले रगतमा ग्लुकोजको मात्रा धेरै बढाउँछ तर यो चिनी चाँडो पचैन र रगतमा तैरिरहन्छ । जसका कारण रगतमा चिनीको मात्रा धेरै बढ्छ । कर्नप्लेसको उच्च ग्लाइसेमिक इन्डेक्स ८२ भन्दा बढी भएको हुनाले मधुमेहका विरामीहरूका लागि यो कुनै पनि अवस्थामा राम्रो मानिदैन ।

माटोपना, हृदय रोग र क्यान्सरको जोखिम
हेल्थसटको समाचारले पोषणविदलाई उद्धृत गर्दै भनिन् कि
कर्मफलेक्समा पोषक तत्वहरूको संरचना बिग्रन्छ र यसमा फाइबर
धेरै कम हुन्छ । त्यसैले भोक पनि बढ्छ । अमेरिकन हार्ट फाउन्डेसनले
दिनमा ९ ग्रामभन्दा बढी चिनी नखान सुझाव दिएको छ । यसभन्दा
बढी खाएमा उच्च रक्तचाप, सूजन, मधुमेह, प्याटी लिभर रोग,
क्यान्सर र मोटोपनको जोखिम हुन्छ । यी सबै कारणले गर्दा हृदयाघात
र स्ट्रोकको खतरा सधैं रहन्छ । तसर्थ, यदि तपाईंले यो मात्रा भन्दा
बढी थपिएको चिनी उपभोग गर्नुभयो भने, तपाईंले अधिक फाइबर
युक्त अन्न र फलफूलहरू उपभोग गर्नुपर्नेछ ।

एसएस राजामौलीले नयाँ बायोपिक घोषणा गरे, मेड इन इंडिया



एजेन्सी । चलचित्र निर्माता एसएस राजामौली एक निर्देशक हुन् जससँग काम गर्ने हरेक स्टारको सपना हुन्छ । तर, उनीहरूसँग काम गर्न चाहने कुनै पनि सेलिब्रेटीले उनीहरूलाई कम्तिमा ५ वर्ष दिनु पर्नेछ, त्यसपछि मात्र उनीहरूले कसैलाई साइन इन गर्न छन् । तर, यो पनि म्यारेन्टी छ कि उनको फिल्म जति ढिलो भए पनि ब्लकबस्टर अवश्य हुनेछ ! राजामौलीले आगामी दिनमा प्यानका लागि धमाकेदार फिल्म ल्याउन लागेका छन् र समय समयमा उनका प्रोजेक्टको घोषणा भइरहेका छन् । मंगलबार बिहान उनले ‘भारतीय

सिनेमामा बायोपिक’ बनाउने घोषणा गर्दै अचम्मको घोषणा गरे । यसको टिजर पनि रिलिज भएको छ । जसले आरआरआर, बाहुबली चलचित्रहरू र ईगा जस्ता ब्लकबस्टर फिल्महरू दिएका थिए ।

भारत र इण्डिया नामको विवाद बीच राजामौलीले मेड इन इन्डिया घोषणा गरेका छन् राजामौलीले लेखेका छन् बायोपिक बनाउनु आफैमा गाह्रो छ, तर भारतीय सिनेमाका पिताको बारेमा कल्पना गर्नु भन्ने गाह्रो र चुनौतीपूर्ण छ । हाम्रा केटाहरू यसका लागि तयार छन् र ठूलो गर्वका साथ मेड इन

इन्डिया प्रस्तुत गर्दैछन् । यतिबेला इण्डियामा देशको नामको विषयमा बहस सुरु भएको बेला राजामौलीले मेड इन इन्डिया घोषणा गरेका हुन् । मोदी सरकारले देशलाई भारत बोलाउन जोड दिएको र धेरै विज्ञहरू पनि यसमा सहमत छन् । यसैबीच राजामौलीले फिल्मको टाइटलमा इण्डिया जोडेका छन् । राजामौलीको एक्सपोस्ट पढेपछि नेटिजन्सको उत्साह देख्न सकिन्छ । एकले लेखे, ‘वेटिड फर द मास्टरपिस’ भने अर्कोले लेखे ‘प्राइड अफ इन्डियन सिनेमा, मेकिङ इन इन्डिया सिनेमा ।’ केही नेटिजनले यो फिल्म भारतीय सिनेमाको पिताको बारेमा पनि अनुमान गरेका छन् । तथाकथित दादासाहेब फाल्के । मेड इन इन्डिया आफ्नो कम्पनी म्याक्स मार्केटिङ एण्ड इन्फोभेसन अन्तर्गत फिल्म मार्केटिङ गरेकाले भारतीय सिनेमासँग धेरै वर्षदेखि आबद्ध रहेका वरुण गुप्ताले निर्माण गरेको पहिलो फिल्म हुनेछ । उनले आफ्नो स्टुडियो म्याक्स स्टुडियोको नाम पनि राखेका छन्, जुन उनले यस हप्ताको सुरुमा सुरु गरेका थिए ।

राजामौलीसँग आगामी प्रोजेक्टहरू सुरु गर्नुअघि वरुणले आफ्नो इन्स्टाग्राम अकाउन्टमा लेखेका थिए, “यो सबैको लागि हो जसले कहिल्यै ठूला सपना देख्ने बारे सोचेको छ र सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण कुरा, यो भारतमा भइरहेको छ । तपाईंहरू सबैका लागि प्रस्तुत गर्दैछौं - भारतीय सिनेमाको जन्म र उदयको मेड इन इन्डिया ।’ हाल एसएस राजामौली अभिनेता महेश बाबुसँग फिल्म बनाउँदैछन् र त्यसपछि उनले रामायणमा आधारित विषयवस्तु पनि निर्माण गर्नेछन् । यी परियोजनाहरू बीच उनले आफ्नो नयाँ फिल्मको घोषणा गरे र अब कुन फिल्म पहिलो र कहिले आउँछ त्यो हेर्न बाँकी छ ।



काठमाडौं । नेपाली चलचित्र ‘हल्कारा’ले आगामी ओस्कार अवार्डमा मुलुकको प्रतिनिधित्व गर्ने भएको छ । नेपालस्थित ओस्कारको

छनोट कमिटीले विक्रम सापकोटा निर्देशित चलचित्रलाई अन्तर्राष्ट्रिय फिचर विधामा सिफारिस गर्ने निर्णय गरेको हो ।

उक्त विधाका लागि हल्कारा सहित डाकिनी, बुलाकी, नीरफूल र बगानले आवेदन दिएका थिए । कमिटी अध्यक्ष राजु केसीका अनुसार छनोट भएको उक्त फिल्मलाई अक्टोबर १ सम्म अमेरिका पठाइने भएको छ ।

आइसफल फिल्मसले निर्माण गरेको यो चलचित्रमा महेश त्रिपाठी र विनिता थापा मगरको शीर्ष भूमिका छ । एक हुलाकी पात्रमार्फत निर्देशकले फिल्ममा वैदेशिक रोजगारीको सामाजिक आयामको कथा प्रस्तुत गरेका छन् । ९६ औं ओस्कार अवार्ड आगामी मार्च १० मा अमेरिकाको लस एन्जलसमा आयोजना हुँदैछ ।

अर्जुन श्रेष्ठ

को-अडिटेर

९८४९३०४९६, ९८४५७४९४९६

इन्द्रभक्त श्रेष्ठ

व्यवस्थापक

९८४९५०४७११, ९८१०३११०८७



थिमी बैक्वेट प्रा. लि.

मध्यपुर थिमी-३, चारदेवाटो टि.बी. अस्पतालको अगाडि

स्तरिय, उन्कृष्ट सेवा, हाईजैनेनिक परिकार, सुविधा सम्पन्न ५५०० स्ववायर माथिका २ वटा ठूला हलको साथमा पर्याप्त पाकिङ सुविधा भएको शुभ-विवाह, व्रतबन्ध, सेमिनार, गोष्ठी लगायत अन्य सम्पूर्ण शुभ कार्यको लागि थिमी बैक्वेट प्रा. लि.



रंगदः अनुभव र व्यवस्थापनको उत्कृष्ट संयोज

रंगदः पार्टी मेन्यू

रंगदः एण्ड क्याटरिङ संयोज

पार्टी प्यालेसको दुनियाँमा

एक उत्कृष्ट नाम

शंखधर पार्टी प्यालेस

शंखधर चोक, मध्यपुर थिमी-४, भक्तपुर

फोन नं.: ०१-५०९३४८८

मोबाईल: ९८४९३६८५३५, ९८४९४९६९११

अत्याधुनिक सुविधा सहित रमणिय पारिवारिक वातावरणमा विवाह, व्रतबन्ध तथा अन्य शुभकार्य लगायत सेमिनार, गोष्ठीका साथै विविध प्रदर्शनीको लागि सम्पन्नहोस् ।

हाम्रो सेवाहरू : Silk Print, स्टिकर प्रिन्ट, फोटो फ्लेक्स प्रिन्ट, १० फिट सम्मको फ्लेक्स प्रिन्ट, A3 & A4 size color प्रिन्ट

Remember us for HD Quality print

१० फिट





जिदेव

फ्लेक्स एण्ड स्टिकर प्रिन्ट

मध्यपुर थिमी-४, दुईपोखरी, इन्द्रयणी मार्ग

सम्पर्क : ९८५११०२५११, ९८०८११०३१४

पुनरव : शनिबार बाहेक अन्य बारहरूमा बिहान १०:०० बजेदेखि बेलुका ६:०० बजे सम्म ग्राहकहरूको सेवामा रहनेछ ।

तपाईंहरूकै चिरपरिचित

प्रो. अष्टबज्र बज्राचार्य

हिरावज्र ज्वेलरी

मध्यपुर थिमी- ४, शंखधर चोक

Hira Bajra Jewellery

MADHYAPUR THIMI- 4, SHANKHADHAR CHOWK

Tel: 6632809

सुखको गहना, दुःखको सजाना

शुभ श्री बैक्वेट (पार्टी प्यालेस)

सुविधा सम्पन्न रमणिय पारिवारिक वातावरणमा विवाह, व्रतबन्ध, तथा अन्य शुभकार्य लगायत सेमिनार एवं आउटडोर इनडोर क्याटरिङ्गका साथै कुक वेटरहरू चाहिएमा हामीलाई सम्पन्नहोस् ।

सम्पर्क: ६६३८७३४, ९८४१४७७८५२, ९८४१८६५५९४
सिद्धिकालीचोक, मध्यपुर थिमी-४ भक्तपुर

प्रकाशक /कार्यकारी सम्पादक: दीपक श्रेष्ठ, सम्पादक: दीपिका श्रेष्ठ, व्यवस्थापक: दिवस श्रेष्ठ, कार्यालय: सुन्दरनगर, मध्यपुर थिमी-३, भक्तपुर, फोन: ६६३३६५२, ९८५११०२२७३, मुद्रण: धिस्ले अफसेट प्रेस, अनामनगर, web Portal : www.thimitimes.com.np/